



SUN SUN だより

10月号

太陽の子保育園 子育て支援センター



虫たちの鳴き声がにぎやかな秋の夜になりました。あわただしい毎日ですが、ちょっと手を休めお子さんと一緒に秋の音色に耳を傾けてみませんか？きっと、ゆったりとした気持ちになれるですね。そして、いよいよ秋も本番！子どもたちが楽しみにしている親子運動会が近づいてきました。リス組さんと子育てサークルの参加競技も決まりました。開放日利用のお友だちが参加できる未就園児競技もあります。皆様の参加をお待ちしています。



寒くなってきました

寒い季節になってきました。「子どもは風の子」と言っ
て、外で遊ばせることは望ましいのですが、やはり
体調管理には気をつけてあげたいもの。かぜの原因
の多くはウイルス感染です。気温
や湿度が低くなる時季には、呼吸
器粘膜の抵抗力が弱まって、ウイ
ルスが繁殖しやすくなります。か
ぜをひかないためにも、タンパク
質、脂肪、ビタミン C、ビタミン
A、の四つの栄養素をバランス良く
摂取するようにしましょう。



衣がえ

寒さとともに衣替えの季節…夏の
間にすっかり大きくなった子ども
たち。秋冬物が小さくなっている
かもしれませんね。衣替えの際に
は、ぜひお子さんにお手伝いをさせてあげてくだ
さい。小さくなった衣類や、まだ着られる服などを
実際に見ることで、自分の成長を感じるとともに、
物を大切に感謝する気持ちを育てていけたらす
きですね。



鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりはどうして起こる
のでしょうか？

鼻水…鼻を通る空気の流れや、温度、湿度、
空気に含まれるゴミなどの刺激によって出
ます。

鼻づまり…細菌やウイルスや冷たい空気
が入ってくると、鼻の粘膜の下の血管がは
れ上がり、空気の通り道が狭くなります。

この状態を鼻づまりといいます。いつも
鼻水をためたままにしておくと、鼻やの
ど粘膜が炎症を起こし、ほかの病気を招き
ます。



10月の予定

おおきくなったかな？

身長・体重を測りにきませんか？
日時：10/24(月) 9:45～11:15
場所：保育園ホール
対象：0・1歳児のお子様



健康についての相談もお気軽に



「病院へ行くほどでもないけ
ど、ちょっと心配…」そん
な方のご相談に、当園の花
田看護師がやさしく相談に
応じます。

子育て講習会

今月のテーマ 家庭でできる 運動あそび

第3弾!! 遊びがひろがる体験講座

講師：日本経営教育研究所 長屋あゆみ先生

毎回ご好評いただいている「家庭でできる運動あ
そび」を10/19に実施します。今回もご家庭で出
来る楽しい運動あそびを行います。ぜひ皆さんお
誘い合わせのうえお越しください。



内容が変更に
なる場合が
あります。

日時：10/19(火) 9:30～10:00
※応募多数の場合は先着順
場所：太陽の子保育園ホール
対象：1・2歳児の親子の方
参加費：無料
服装：動きやすい服装

親子運動会(青空ひろば特別編)

日時：10/8(土) 雨天10/15日(土)
雨天順延の場合のご連絡します。
場所：あさひ公園
時間：8:30集合



※駐車場はありませんので徒歩・自転車でお越しください。
年間予定表では9(日)と表記されていますが8(土)の間違いです。

第Ⅲ期・年齢別サークル活動受付中

年齢別子育てサークル活動の第Ⅲ期(12～3月)
の参加親子の方を募集します。お申し込みご希望
の方は保育園にてお申し込みを行ってください。
なお、サークル活動は羽村在住の未就園児の方が
対象となります。★受付期間：10月11日～21日

●わくわくクラブ…1歳児 ●にこにこクラブ…2～3歳児

子育て講習会 食育体験講座・3日より受付

保育園の給食を実際に味わいながら、子どもの食
事について管理栄養士とともに考えていきます。

★実施期間：11月7日～11日(期間中1日)

★お申し込み受付期間：10月3日～14日

★お申し込み方法：保育園にて所定用紙に記入

対象：1・2歳児の親子の方 参加費：大人300円 子ども250円

10月の予定一覧

- 8日(土) 親子運動会 ※雨天時15(土)
- 3～14日 子育て講習会(食育)受付
- 11～21日 年齢別サークル活動受付
- 19日(火) 子育て講習会(運動あそび)
- 21日(金) お誕生日会
- 24日(月) おおきくなったかな？

子育てお悩み相談はお電話・メールでもお気軽に…
renraku@sunshine.ed.jp